DESENVOLVENDO A CLARIVIDÊNCIA

Possuir a faculdade da visão espiritual È desejo de muitos e, sob certas condições, ela pode ser desenvolvida. Nessa matÈria, que termina com instruções de Anfaten, de Andrômeda, você conhecer· todas as implicações do assunto

A clarividência È a capacidade de ver com clareza. É a visão da própria alma, que percebe a realidade num nÌvel mais amplo e elevado. Seu surgimento È consequência natural do desenvolvimento espiritual humano na medida em que a pessoa devota-se ao crescimento interior e aproxima-se de estados de consciência sutis.

H· uma grande diferença entre clarividência e vidência. O vidente capta lampejos e impressões do que se passa no plano astral, sejam fatos que estão acontecendo nesse plano, formas-pensamentos de outros seres, projeções criadas pelas forças negativas para atrapalh·-lo em seu desenvolvimento espiritual ou, muitas vezes, os próprios desejos na forma de alegorias, às vezes, de difÌcil compreensão para ele mesmo. A vidência È muito sujeita a distorções. É um sentido extrafÌsico que não conduz, necessariamente, a uma compreensão elevada da realidade.

Muitas vezes, a pessoa que tem o dom vidência não o percebe por um longo tempo e normalmente o tem desde pequena. Isso faz com que ela acredite que a visão astral corresponde à realidade. Por tê-la como algo natural, ela não se esforça para melhorar seu desempenho ou compreender como a vidência se processa para melhor interpret·-la. Somente o trabalho interior e o desenvolvimento espiritual podem conduzir à percepção da realidade.

Abertura da visão astral - Descrevemos um exercÌcio que poder· auxili·-lo no desenvolvimento de habilidades que propiciem a abertura da visão astral - a qual pode ser direcionada, posteriormente, para a clarividência.

Escolha um local e hor·rio (de preferência, à noite) em que possa ficar sozinho e não ser perturbado. Durante 15 minutos, você vai olhar para a sua imagem refletida no espelho. Ele não precisa ser muito grande - apenas o suficiente para refletir o rosto - e estar a 70 ou 80 cm. de distância de você. Cuide para que o rosto seja completamente iluminado, sem a presença de sombras. Se você usa óculos, não È preciso tir·-los.

Relaxe o m·ximo possÌvel e inicie o exercÌcio apelando ao seu Eu Superior algo como "despojo-me do meu ego e entrego-me à Sua sabedoria para que conduza todas as minhas ações e a minha vidência". Repita o apelo mentalmente no mÌnimo sete vezes para obter o efeito do despertamento da sua visão. Concentre toda sua atenção na imagem refletida no espelho, como se quisesse penetr·-la. Sua concentração deve ser tão intensa que você não possa evitar de murmurar "minha alma, quero vê-la".

Sua introdução no mundo astral por meio da vidência pode surgir de diversas formas: tornar-se intermitentemente consciente das cores brilhantes da aura humana; ver rostos, paisagens ou nuvens coloridas diante dos olhos, no escuro, antes de dormir ou em estados expandidos de consciência; sentir uma presença invisÌvel ao seu lado; ver ou ouvir coisas para as quais os outros são cegos e surdos; ter recordações cada vez mais nÌtidas das experiências vividas em outros planos durante o sono.

Quando uma pessoa est· começando a sensibilizar-se para a vidência astral, poder· ocasionalmente ter sensações de medo. Isso advÈm da hostilidade de forças vibracionais que agem no astral e, em parte, dos muitos elementais artificiais (formas-pensamento negativas) nutridos pela mente humana. Por isso, ela deve sempre solicitar a ajuda de seu Mentor ou Guia Espiritual, quando empreender uma atividade de vidência.

Preparando a clarividência- É necess·rio ter pr·tica para liberar-se da distorção produzida por seus próprios pontos de vista, de forma a poder observar claramente os episódios etÈricos. Mesmo aqueles que vêem nitidamente no astral, ficam às vezes confusos e estonteados para compreender ou recordar as visões e poucos conseguem traduzir suas lembranças para a linguagem do plano fÌsico.

Portanto, o melhor È trabalhar para expandir sua capacidade perceptiva de forma espiritualmente elevada, procurando movimentar as energias de seus chacras frontal e larÌngeo atÈ o cardÌaco para obter a qualidade da clarividência.

Um mÈtodo seguro para desenvolver a clarividência È a meditação. Por meio dela, pode-se adquirir extrema sensitividade, equilÌbrio, sanidade e sa˙de. A pr·tica de determinados tipos de meditação constrói nÌveis superiores de matÈria nos corpos sutis.

Para obter êxito na meditação È fundamental a correta colocação dos olhos, que devem ficar voltados para dentro (como nas pessoas vesgas) e para cima. Nessa situação, estamos focalizando um espaço interior da aura, localizado à frente da testa, chamado de papila ou ponto cego. Trata-se de região não em que não h· cÈlulas sensÌveis à luz, apenas terminais nervosos. Quando os olhos são virados para dentro e para cima, as papilas emitem suas energias diretamente atravÈs do Chacra Frontal, um exercÌcio muito profundo para agilizar a visão etÈrica.

Para manter os olhos nessa posição È preciso exercitar os m˙sculos que o movimentam. Durante uma semana, duas vezes por dia, gire os olhos 10 vezes em sentido hor·rio e 10 em sentido anti-hor·rio; em seguida, fixe-os por alguns instantes nos extremos das órbitas (cima, baixo e lados).

Preparo espiritual - Como frisamos anteriormente, a captação da realidade sutil sem o devido desenvolvimento espiritual traz uma sÈrie de mal-entendidos. Para torna-se um bom clarividente, È preciso fazer ainda mais do que os exercÌcios que nós descrevemos. Rudolf Steiner, na obra O Conhecimento dos Mundos Superiores, fala das qualidades que o homem ter· de adquirir a fim de ascender ao conhecimento superior: discernimento entre realidade e aparência, verdade e mera opinião; correta avaliação do verdadeiro em relação à aparência; controle dos pensamentos e das ações, perseverança, tolerância, fÈ e equilÌbrio; e amor à liberdade interior.

Nessa pr·tica, o desenvolvimento espiritual caminhar· de maneira que a clarividência se mostre limpa, objetiva e sem as distorções provenientes de nosso interior ainda desalinhado.

Perguntamos a Anfaten, nosso mentor de Andrômeda, como ele vê a questão da visão espiritual e como ela pode ser desenvolvida.

Vialuz - É correto comparar a sensibilidade instintiva dos animais com o sentido humano da vidência ou percepção da realidade no plano astral?

Anfaten: Os animais possuem, em graduações diversas, a percepção muito aguçada a nÌveis não fÌsicos, porÈm isso se realiza somente no campo da percepção. Possuem, dependendo da espÈcie, capacidades auditivas e visuais tanto quanto olfativas muito aguçadas, portanto percebem a aproximação de seres da quarta dimensão, mas a nÌveis bastante inferiores que os dos humanos pois funcionam os seus sentidos em patamares somente vibracionais. Os animais percebem algo de anormal no campo sensório, mas não possuem nenhum sentido de visão propriamente dita suprafÌsica, ou seja, alÈm da visão fÌsica.

A visão extra-fÌsica humana se processa em todo o campo astral tomado pelo corpo espiritual. É como se todo o corpo espiritual se transformasse em um grande olho acima, embaixo, na frente, nas costas, dos lados, como se fosse uma grande câmera móvel de 360 graus. A visão È total da ·rea ocupada pelo espirito. Na audição, o processo È semelhante, como um grande ouvido voltado para todas as direções. Quanto ao campo mental, È um pouco mais delicado, pois depende diretamente do nÌvel evolucional daquele ser. As capacidades suprafÌsicas no mundo sutil estão sempre ligadas a condições evolutivas daquele espÌrito em especial. Por isso, o campo da visão astral est· ligado diretamente ao espÌrito. Dessa forma, os animais ficam na percepção vibratória e não espiritual.

A vidência È um assunto muito complicado e bastante profundo, pois est· ligada diretamente à capacidade evolutiva de cada ser, isto em termos da visão espiritual volitiva, isto È, que depende da vontade da própria pessoa. Não falamos de vidência como pequenos flashes, tratamos aqui do domÌnio completo da visão no mundo sutil.

Vialuz - A manifestação dessa faculdade est· associada à condição encarnatória dos seres?

Anfaten - Todos os seres do planeta Terra trouxeram em seu bojo a possibilidade da vidência astral, porque, em primeiro lugar, foram formados no campo espiritual e, posteriormente, na matÈria. Como a vidência est· situada no espÌrito e não no fÌsico, todos possuem essa capacidade primordial b·sica, porÈm o caminho escolhido por cada ser humano depende da própria vontade e de seu livre-arbÌtrio.

Desce o espÌrito, adensando-se na matÈria, atravÈs dos mundos mais densos: minerais, vegetais e animais. A partir do momento em que a essência espiritual se individualiza, surge o livre-arbÌtrio. Então, a escolha de um caminho evolutivo mais r·pido e mais claro proporciona uma colaboração mais presente da parte espiritual do ser. Alguns escolhem os campos mais baixos da matÈria densa e, trazendo com isso grandes perturbações em sua ·rea emocional, distanciam-se de sua contraparte espiritual. Por isso, perdem o melhor: permanece escondida a sua capacidade de vidência astral.

Para determinados seres, no entanto, como programação evolutiva, como ajuda, permite o plano espiritual que venham com parte da vidência astral desvelada. Para esses, o sentido de ver no mundo suprafÌsico È uma chamada ao mundo espiritual, para que se lembrem que são muito mais do que a matÈria fÌsica.

Vialuz - Como vê as diferenças entre clarividência e visão astral?

Anfaten - Uma È complementar à outra. A vidência È como acender e apagar a luz de uma sala. A visão È r·pida e tambÈm pode ser de formas-pensamentos. Como acende e apaga a luz do mundo espiritual muito rapidamente, não tem tempo de perceber o que È a realidade do mundo sutil ou o que È uma captação de pensamentos dos diversos seres. A clarividência, no entanto, È o sentido da vidência muito ampliado. É acender a luz e contemplar todos os detalhes da sala, os móveis, a janela, a disposição das portas, o chão, as paredes, o teto e tambÈm as pessoas que estão na sala. Como no mundo sutil, em suas diversas dimensões, não existe o tempo-espaço como vocês o entendem,e o clarividente pode perceber o passado, o presente e o futuro, tudo junto.

O processo de vidência e clarividência È similar. A vidência È muito r·pida e, na maioria das vezes, não depende da vontade da pessoa. Na clarividência, porÈm, o sentido de ver È muito mais amplo, muito mais longo e est· bastante ligado com a vontade do ser. A clarividência tambÈm È acompanhada de uma ampliação dos sentidos auditivos e mentais. H· uma melhor coordenação dos sentidos da visão, da audição e da mentalização. J· na vidência, a ampliação da capacidade desses sentidos È quase inexistente.

Vialuz - Poderia nos indicar exercÌcis para a desenvolver a vidência e a clarividência?

Anfaten - Você ter· dois est·gios: o primeiro da vidência e depois o da clarividência. Raros são os seres que j· passam direto para a clarividência, È como se ela precisasse ser aprendida. Vamos iniciar pela vidência. Os exercÌcios de relaxamento e meditação irão ajudar bastante para a tranqüilidade e harmonia interiores exigidas para essa capacidade sensitiva.

Coloque-se em estado de relaxamento e escolha uma cena sobre a qual trabalhar: pode ser um trecho da sala onde se encontra, uma foto, um desenho ou o que desejar, inclusive um objeto. Então, relaxe e ponha-se em harmonia com o seu interior. Em seguida abra lentamente os olhos, contemple a cena por um ou dois segundos, feche os olhos e remonte mentalmente tudo o que viu, com a maior riqueza de detalhes possÌvel. Em seguida, abra os olhos e compare os resultados.Vai perceber que, no inÌcio, esqueceu ou não notou uma sÈrie de pormenores. Conforme evolui nos exercÌcios, você vai, a cada dia, percebendo mais e mais detalhes. Lembro que deve usar sempre imagens ou objetos diversos, porque estar· treinando a sua capacidade mental ao perceber cenas ou flashes do astral.

Agora, a clarividência. Para esse treinamento, deve j· estar o ser com a vidência aflorada, pois começar· a trabalhar com os quadros recebidos do astral. Ao perceber um determinado quadro advindo do mundo supra-fÌsico, pare imediatamente aquela imagem em sua mente. Se for um quadro seqüencial, deve escolher o que mais impressionou. Pare a fita naquele exato ponto e inicie a expansão, principalmente da ·rea de seu chacra frontal; cresça os ouvidos como duas grandes cornetas e deixe-os assim. Então, comece a olhar o quadro, abrindo totalmente o seu chacra frontal e, com os ouvidos, "ouça-o" cuidadosamente.

Então, comece a movimentar a sua câmera para cima, para baixo, para tr·s, para frente, aumente e amplie esse quadro transformando-o em uma tela de cinemascope. O processo È como pegar a tela da TV e ampliar de tal forma que se torne uma tela de cinema. Apenas nesse caso, È a mesma cena em ponto grande. Mas na clarividência, ao ampliar o quadro, vocês irão encontrar campos muito maiores do que somente a figura em estudo. Você ir· ampliar completamente as circunstâncias que rodeiam a cena. Dessa forma, ir· começar a ampliar a sua sensibilidade.

Canal: HeloÌsa Fagundes